

# Un taller de Mercabarna y la Fundació Pere Tarrés enseñan hábitos alimentarios a niños de 8 a 12 años

## Comer sano y divertirse

JOSE POLO  
Barcelona

Mercabarna, en colaboración con la Associació d'Empresaris de Fruites i Hortalisses de Barcelona i Província (AFEM), y la Fundació Pere Tarrés han puesto en marcha este mes una prueba piloto de talleres destinados a niños procedentes de familias con dificultades económicas. El objetivo: "Que aprendan hábitos alimentarios saludables y se conciencien sobre la importancia de no malgastar alimentos a partir de juegos", resume a *La Vanguardia* el director general de Mercabarna, Josep Tejedó, durante la visita de los integrantes de un casal de verano del barrio barcelonés de Poble Sec.

En este periodo un total de 300 jóvenes de entre 8 y 12 años visitarán las instalaciones del centro en



KIM MANRESA

Una cata en uno de los talleres que se imparten este verano

grupos de 25, uno cada día. Se trata de la prolongación del proyecto *5 al día*, que ya se lleva a cabo durante el curso escolar con la participación de 5.500 niños anuales desde 1998 pero que hasta ahora paraba su actividad durante el verano. En él se inculca la importancia de ingerir cinco raciones diarias de frutas o hortalizas. "Queremos poner nuestro granito de arena para que niños de familias con pocos recursos pasen un día feliz", resumió el directivo.

Durante su visita, los pequeños aprenden a distinguir las diferentes frutas y hortalizas mediante actividades lúdicas. Todo son juegos. Por ejemplo, prueban a ciegas algunos alimentos y, después, tratan de adivinar qué acaban de comer. Durante una sesión las sonrisas y las bromas entre ellos son la tónica habitual. También conocen cómo funciona el gran Mercat Central de Fruites i Hortalisses de Barcelona. "Es una salida diferente que nos va como anillo al dedo para *casales* que normalmente no se pueden permitir salir más allá del parque del barrio", explica Albert Riu, de la Fundació Pere Tarrés. La iniciativa ha sido financiada por el polígono alimentario.

"Los niños están en un entorno

desconocido y se muestran muy receptivos, son como una esponja", opina uno de los monitores, Daniel Pérez. "Competimos contra la bollería industrial y eso es muy difícil pero que los niños comenten con sus padres lo que aprenden aquí es un buen primer paso", argumenta.

Los jóvenes se llevan un lote de productos a casa y un cuaderno para repasar lo aprendido. "Cuando

### Durante la visita los chavales aprenden a través de juegos las diferencias entre las frutas y verduras

reciben los productos algunos te dicen que esta noche sí que podrán cenar y se te pone la piel de gallina", reconoce Pérez. Walter, procedente de Ecuador, es uno de los participantes y después de probar un pedazo de pomelo dice que lo que más le había llamado la atención eran "las diferentes frutas exóticas". Por su parte, Czanina, de Filipinas, se muestra sorprendida de "lo grande que es Mercabarna". ●